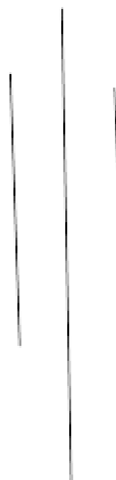
link

Activetable 7



- **Anggriani Iskandar**
- **Devi Rahmadina**
- **Ines Syifa**
- **Reni Setiawati**
- **Tri Hastuti**

Kelas : X JB 3

PENDAHULUAN

Assalamualaikum warahmatullahi.wb

Puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT yang maha pengasih lagi maha penyayang karena berkat rahmatnya kami dapat menyelesaikan buku digital ini. Di buatnya buku digital ini untuk memberitahukan bagaimana cara menolong seseorang yang pingsan dengan pertolongan pertama. Semoga buku ini bermanfaat bagi yang membacanya.

Jakarta,17 April 2018

Penulis

Tema : kesehatan

(pertolongan pertama kepada orang yang pingsan)

1. **Percikan air dan bau bawang tak manjur**
   Salah satu cara yang sering digunakan untuk membangunkan seseorang yang pingsan adalah memercikkan air pada wajah mereka dan memberi mereka bau-bauan seperti bawang putih atau bawang merah. Meski metode ini biasanya bisa digunakan, namun metode semacam ini seringkali gagal membangunkan orang yang pingsan.

2. **Topang tubuh mereka**
   Pingsan adalah tahap akhir dari seseorang yang kehilangan kesadaran. Sebelum orang tersebut benar-benar tak sadarkan diri, biasanya tubuhnya sudah goyah dan dia mulai kehilangan kesadaran sedikit demi sedikit. Saat itu, sebaiknya topang tubuh korban dan letakkan perlahan. Hal ini mencegah cedera yang lebih berat pada kepala atau tubuh korban jika dia benar-benar jatuh saat pingsan.

3. **Survei area pingsan**
   Ketika Anda melihat seseorang yang sudah tergeletak

pingsan, segera survei daerah di sekitarnya dengan cepat dan jangan membuang waktu. Bisa jadi mereka pingsan akibat gigitan beracun, gas beracun, panas yang berlebihan, atau ada hal-hal yang membahayakan seperti aliran listrik yang terbuka. Segera pindahkan korban dari tempat tersebut jika terdeteksi adanya bahaya di sekitarnya.

4. **Cek respon korban**
   Sangat [penting untuk melihat apakah korban bisa merespon Anda atau benar-benar pingsan. Coba panggil namanya atau ajukan beberapa pertanyaan. Anda juga bisa menepuk pundaknya beberapa kali. Biasanya orang yang pingsan ada yang langsung sadar setelah beberapa saat. Tenangkan mereka jika mereka sudah mulai merespon. Jangan bangunkan mereka langsung. Biarkan mereka berbaring beberapa saat sebelum memeriksakan mereka ke dokter terdekat.

5. **Telepon bantuan dan lakukan CPR**
   Jika korban tak segera sadar, cek napas dan detak jantungnya. Jika napasnya mulai hilang dan melemah segera telepon bantuan dan lakukan CPR. Namun hanya lakukan langkah ini jika Anda benar-benar telah mahir melakukannya. Jika tidak, segera panggil bantuan atau ambulans.

6. **Jangan gerakkan korban**
   Jika Anda mengetahui adanya tulang patah atau cedera pada bagian leher dan kepala, jangan gerakkan korban. Jangan juga gerakkan bagian kepala korban karena hal ini bisa menyebabkan cedera yang lebih serius. Segera panggil bantuan. Namun jika kepalanya tak mengalami cedera, Anda bisa mengangkat kakinya agar darah mengalir ke jantung dan otak. Hal ini biasanya bisa membuat korban pingsan sadar, namun juga tak selalu berhasil.

7. **Jangan bergerombol**
   Sangat penting untuk memberikan udara segar pada korban yang pingsan. Untuk itu jangan mengerubungi korban pingsan dan bergerombol di sekitarnya. Longgarkan pakaian korban yang terasa sesak. Jangan masukkan apapun pada mulut korban seperti air atau makanan karena ini bisa membuat mereka tersedak dan menghalangi jalan napas mereka.

8. **Minuman manis**
   Ketika koran sudah sadar, berikan dia minuman yang manis, misalkan jus buah dan camilan yang asin. Biasanya pingsan disebabkan oleh rendahnya gula darah, kurang garam, dan dehidrasi. Tekanan darah rendah juga bisa menjadi salah satu penyebab pingsan.

PENUTUPAN

Demikian yang dapat kami paparkan mengenai pertolongan pertama pada seseorang yang pingsan , tentunya masih banyak kekurangan dan kelemahannya, kerena terbatasnya pengetahuan dan kurangnya rujukan atau referensi yang ada hubungannya dengan judul makalah ini.

Penulis banyak berharap para pembaca yang budiman dusi memberikan kritik dan saran yang membangun kepada penulis demi sempurnanya makalah ini dan dan penulisan makalah di kesempatan-kesempatan berikutnya. Semoga makalah ini berguna bagi penulis pada khususnya juga para pembaca yang budiman pada umumnya.